UOT 663.252

ЗНАЧЕНИЕ ЛЕЧЕБНОГО И ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ, РОЛЬ ПИТАНИЯ В ПРОФИЛАКТИКЕ САХАРНОГО ДИАБЕТА

А. ДЖ. КУЛИЕВА, А.А. БАБАШЛЫ
Азербайджанский Государственный Экономический Университет (UNEC)

В данной статье рассматривается о роли лечебно-профилактического питания и его влияния на здоровье человека в современном мире. Были подчеркнуты правила организации лечебно-профилактического питания при различных заболеваниях, в том числе при болезни сахарном диабетом.
Ключевые слова: *лечебно-профилактическое питание, сахарный диабет, инсулин, хелатные соединения*

Общественное питание играет важную роль всенародного хозяйства, в которую входят предприятия, характеризующиеся целостностью фигур предприятий производства и сервиса потребителей и отличающиеся по типам. Высокая эффективность общественного питания базируется на всеобщих для народного хозяйства позициях редукции производства – достижение значимых итогов при минимальных затратах всех ресурсов. Основной потребностью народа является полноценное питание. На физическую и интеллектуальную деятельность человека, а также на здоровье влияет качество питания.

В процессе работы человек постоянно выполняет связь с опасными веществами. В деятельности по защите от ядовитых веществ, главным мероприятием является лечебно-профилактическое питания – одно из действий устремленное на увеличение устойчивости организма в целом к неблагоприятным воздействиям. Целью лечебно-профилактического питания является укрепление здоровья, предотвращение отравлений и заболеваний. Поставленные диеты обеспечивают повышение общего тонуса организма[2, 9].

В науке основа лечебного и профилактического питания стала развиваться еще в середине XX. В настоящее время произошло развитие в области знаний и формулировалось новое понятие фармаконутрициология - наука о питании и фармакологии. Возникновение было обосновано тем, что в последние годы широко используются продукты питания, которые прошли жесткую технологическую обработку. Поэтому в этих продуктах отсутствуют биологические активные добавки, которые играют защитную роль организма, препятствуют снижению работоспособности организма, а также хронические болезни. Широкое загрязнение вод и суши, радиоактивные загрязнения становятся результатом загрязнения продуктов питания такими элементами как: токсины, пестициды, антибиотики, радионуклиды, которые играют защитную роль организма. За последнее время во всем мире, а также в Азербайджане ухудшилась питание всего населения. За десять лет в нашей республике резко снизилось потребление в основных продуктах, которые биологически ценные – фрукты, ягоды, продукты растительного и животного происхождения, а также молочные продукты. В результате этого снижения в питании нашего населения появилась недостаточность во многих необходимых активных веществах.

Условно можно разделить питание на рациональное, лечебное, профилактическое питание общества во вредных условиях[8]. Необходимость разработки лечебно-профилактического питания возросло, так как абсолютно здоровых людей нет, потому что все живут и работают в неблагоприятных условиях.

Одним из методов процесса выделения из организма ядовитых веществ и их продуктов обмена является хелатные соединения (тяжелый металл, который замедляет пищеварению) и природные комплексы. К природным комплексам относятся некоторые аминокислоты (глютаминовая кислота, цистеин, метионин), витамины, нуклеиновые кислоты, оксиредуктазы. К хелатным соединениям относится соли тяжелых металлов, которые соединяются с пектином и выводятся из организма[1].

Лечебно-профилактическое питание позволяет повысить антитоксическую функцию органов и препятствует возникновению и развитию хронических болезней. Это вид питания обеспечивает благоприятное действие на нервную, эндокринную, иммунную систему и

обмен веществ и др., а также способствует повышению общего тонуса организма.

Не все поступающие с пищей вещества могут быть полезными для организма. Во время некоторых заболеваниях ограничивается ввод минеральных элементов и соли (сердечно–сосудистых заболеваниях), при подагре – ввод продуктов содержащие избыточное количество аденина, гуанина. Такие изменения вызывают в организме большие изменения. Эти изменения неприемлемы для здоровых людей и нуждаются в лечении различных заболеваний. Поэтому некоторые изменения в питании похожи с действиями лекарств и полезны как для больных, так и для здоровых людей. Питание, которое используется, для лечения больных людей называют лечебным питанием[10].

Резкое повышение содержания сахара в составе крови и выделение сахара мочой представляет с собой болезнь, которая называется сахарным диабетом. Содержание сахара в крови может изменяться в пределе от 80 до 120 мг%. А при сахарном диабете это количество возрастает от 200 до 300, а иногда даже до 500мг%. У людей больных сахарном диабетом содержание сахара в моче увеличивается до 1-2% при простуде, а при тяжелых заболеваниях достигает от 3 до 10%[9].

При сахарном диабете нарушается обмен веществ. Нарушение углеводного обмена при этом является главным элементом. Установленные учеными причины по развитию этой болезни привели к выводу, что поражение аппарата поджелудочной железы является главным расстройством при этой болезни. Резкое снижение поступления инсулина в кровь приводит к появлению гликозурии и гипергликемии. Русским ученым Л.В.Соболевым был получен препарат инсулин, который улучшает состояние больного, но не полностью освобождает его от этой болезни[6]. Действие инсулина в прямой зависимости зависит от правильного питания больного. Питание снижает не только количество инсулина, но и совершенно прекращает его использование.

При составлении рациона питания для больного надо учесть не только количество белков, жиров, углеводов, но и отнестись индивидуально к каждому больному. Для этого разработан метод, который называется толерантность больного к количеству углевода. Это такое количество сахара, усвояемые в течении сутки. У больных людей это ниже, в то время, когда у здоровых она достигает 100%. Поэтому в рационе питания должны присутствовать ди- и моносахариды, т.к. они эффективно всасываются в кровь, при котором повышается гипергликемия. Гипергликемия у больных людей сохраняется в течении длительного времени, а у здоровых людей в течении 1, 5-2 ч. При этом регуляция по восстановлению сахара затрудняется.

Использование сахара в пищевом рационе полностью исключают, а также такие продукты как варенье, мед, сахар, конфеты и другие изделия. Запрещается использование сладких фруктов и овощей (виноград, яблоки, арбузы). Недостаточно устранение простых сахаров из пищевого рациона. Необходимо бывает также уменьшить одновременно количество полисахаридов. Благоприятное условие для больных диабетом возникает тогда, когда количество углевода достигает 300-350г в сутки. Зная, что белки легко превращаются в углеводы в организме больных людей, необходимо уменьшить их ввод в организм – от 70 до 90 г в сутки. Поэтому необходимо использовать такие продукты, которые богаты биологически ценными белками и бедны углеводами и жирами [7]. К таким продуктам питания относится обезжиренное молоко, молочнокислые продукты, мясо животных средней упитанности, нежирная рыба и др. Необходимо сокращать жиросодержащие продукты в рационе питания. Их количество не должно превышать 30-40 г в сутки для больного[5].

Для больных людей диабетом из отмытых от крахмала отрубей изготавливается специальный диетический хлеб, который полезен. Витамины, а в особенности витамин В1 принимает участие в углеводном обмене и превышает нормальную потребность здоровых людей [2, 8].

В особенности у больных сахарным диабетом проявляется жажда. А это в свою очередь проявляется вследствие выделения мочи. В связи с этим целесообразно надо вводить в рацион кислые продукты обмена, таких как кетоновые тела.

Правильное питание способствует сохранению здоровья человека. Использование некачественного продукта снижает работоспособность и иммунитет, в связи, с чем возникают разные типы заболеваний.

Таким образом, анализы вышеописанных литературных материалов показывают, что в настоящее время идёт интенсивный процесс изучения роли лечебно-профилактического питания в предотвращении сахарного диабета.

В связи с этим проведенная нами работа была посвящена приготовлению разных диетических блюд на основе куриного филе. Были также определены органолептические показатели, исследованы некоторые микробиологические и физико-химические анализы мяса, используемого для приготовления лечебно-профилактического питания.

ЛИТЕРАТУРА

1. Антипова Л.В. Методы исследования мяса и мясных продуктов.- М.: Легкая пищевая промышленность, 2000 г. 2. Воробьев Р.И. «Питание и здоровье» Москва «Медицина»1990 г. 3.Дроздова Т.М. «Физиология питания». Учебное пособие. Кемерово, 2004. 4.Манкевич О.И. Блюда из птицы - Мн.: БелЭн, 1994 г. Ратущенко А.С. Технология продукции общественного питания. Москва «Мир», «Колос» 2003 г. 5.Могильный М. П., Шленская Т. В., Могильный А. М. «Справочник работника общественного питания» М. Де Ли плюс, 2011. 6.Поскребышева Г.И." Блюда из птицы" – М.: ОЛМА – ПРЕСС Инвест, 2004 г. 7.Просеков А.Ю.«Технология производства блюд диетического, детского и лечебно-профилактического питания» Учебное пособие для студентов вузов. Кемерово 2006г. 8. Смолянский Б.Л., Абрамова Ж.И. «Справочник по лечебному питанию для диет-систер и поваров». Ленинград «Медицина» 1985. 9. Теплов В.И, Боряев В.Е.. «Физиология питания» учебное пособие Москва 2013г. 10. Щербинская И. П., Бацукова Н. Л., Замбржицкий О. Н., Борушко Н.В. «Лечебно-профилактическое питание» Минск 2007

Müalicəvi və müalicəvi-profilaktik qidalanmanın əhəmiyyəti, qidalanmanın şəkərli diabet xəstəliyinin profilaktikasında rolu

A.J.Quliyeva, A.Ə.Babaşlı

Məqalədə müalicəvi-profilaktik qidalanmanın müasir dövrdə əhəmiyyətinə və insanın sağlamlığında oynadığı rolundan danışılır. Müalicəvi-profilaktik qidalanmanın düzgün təşkilinin bir çox xəstəliklərin, o cümlədən şəkərli diabet xəstəliyinin müalicəsində rolu işıqlandırılmışdır.

Açar sözlər:*müalicəvi-profilaktik qidalanma, şəkərli diabet, insulin, helat birləşmələri*

The ımportance of therapeutic and therapeutic-prophylactic nutrition, the role of nutrition in prophylaxis of diabetic disease

A.J.Guliyeva, A.A.Babashli

The article focuses on the role of therapeutic-prophylactic nutrition in modern world and its role in human health. The role of the correct organization of treatment-prophylactic nutrition has been highlighted in the treatment of many diseases, including diabetes mellitus.

Key words: *therapeutic-prophylactic, diabetes mellitus, insulin, helical compounds*